

# ลมหนาวมา ระวังไวรัสโรต้า ทำลูกน้อยป่วย



อากาศเปลี่ยนแปลงบ่อย เดี่ยวร้อน เดี่ยวหนาว บางทีก็ฝนตก ผู้ปกครองจึงควรระวังสุขภาพของลูกน้อยเป็นพิเศษ หมั่นทำความสะอาดสิ่งของที่ลูกน้อยจะสัมผัส ดูแลอาหารการกินล้างมือทุกครั้ง โรคที่พบบ่อยในช่วงนี้ คือ ไวรัสลงกระเพาะอย่างเช่นไวรัสโรต้า ซึ่งในช่วงที่อากาศชื้นแบบนี้จะทำให้เชื้อแพร่กระจายได้ง่ายกว่าปกติ โดยเฉพาะในลูกน้อยที่มีภูมิคุ้มกันร่างกายต่ำ ส่งผลให้เจ็บป่วยได้ง่าย

ถ้าหากลูกน้อยได้รับเชื้อไวรัสโรต้ามาแล้ว ในช่วงแรกอาจมีไข้ น้ำมูกและไอเล็กน้อยคล้ายการติดเชื้อไวรัสอื่นๆ แต่จะมีอาการช่วงสั้นๆ แล้วมีอาการทางเดินอาหารตามมา โดยมักมีอาเจียนมากใน 1 – 2 วันแรก และท้องร่วงถ่ายอุจจาระเป็นน้ำพุ่งหลายครั้ง บางครั้งอาจถ่ายอุจจาระมากจนกันแดงและมีอาการท้องอืดมากร่วมด้วย อาการอาเจียนจะพบในช่วง 1 – 2 วันแรก แล้วดีขึ้น แต่อาการท้องร่วงจะอยู่นานประมาณ 5 – 7 วัน หากไม่ได้รับเกลือแร่เพียงพอ จะทำให้มีโอกาสดื่มน้ำและเกลือแร่ได้ ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการติดเชื้อไวรัสโรต้านี้ทำให้ลูกน้อยมีความไม่สุขสบายหลายอย่าง จึงควรใส่ใจในเรื่องของความสะอาด เพื่อลดโอกาสที่ลูกน้อยจะติดเชื้อนี้

พญ.วิไลรัตน์ หล้ามาชน รักษาการแพทย์หัวหน้าแผนกกุมารเวช โรงพยาบาลหัวเฉียว กล่าวว่า ปัจจุบันมีวัคซีนป้องกันเชื้อไวรัสโรต้าที่ได้ถูกพัฒนาขึ้นมา ซึ่งผู้ปกครองควรพาลูกน้อยมารับวัคซีนเพื่อให้มีภูมิคุ้มกันและลดโอกาสการติดเชื้อไวรัสโรต้า ซึ่งจะเป็นการปกป้องลูกน้อยได้อีกทางหนึ่ง

จากที่กล่าวมานั้นก็ยังไม่สามารถป้องกันครอบคลุมเชื้อโรคได้ทั้งหมด ผู้ปกครองจึงควรมุ่งเน้นป้องกันด้วยการเลี้ยงดู เช่น การสร้างภูมิคุ้มกันโรคให้แก่เด็กโดยการให้ดื่มนมแม่ เพราะในนมแม่มีภูมิคุ้มกันต้านไวรัสและแบคทีเรียชนิดต่างๆ รวมถึงลดโอกาสการปนเปื้อนจากภาชนะที่ไม่สะอาด รับประทานอาหารปรุงสุกใหม่ หรืออุ่นอาหารให้ร้อนก่อนรับประทาน ล้างมือบ่อยๆ โดยเฉพาะหลังขับถ่าย จัดสุขลักษณะภายในบ้านให้สะอาด หลีกเลี่ยงการพาลูกน้อยไปในพื้นที่ที่มีคนหนาแน่น และที่สำคัญหากมีผู้ป่วยโรคไวรัสโรต้าอยู่ภายในบ้านหรืออยู่ห้องเรียนเดียวกัน ควรหลีกเลี่ยงการใช้ของร่วมกัน รวมถึงหมั่นล้างมือและไม่เอามือเข้าปาก จะลดการติดเชื้อไวรัสโรต้าและไวรัสอย่างอื่นได้อีก